

ADHESION COTISATION 2006/2007

Les licences de la Fédération sont valables à partir du jour de votre renouvellement (entre septembre et fin 2006) et l'assurance est valable jusqu'en décembre 2007

Le renouvellement des cotisations commence dès maintenant et devrait se terminer au plus tard le 1^{er} décembre 2006. Pour faciliter le travail des trésoriers et secrétaires, ainsi que la distribution des licences, nous vous demandons d'adhérer rapidement, dès réception.

La cotisation qui vous est demandée est identique pour la 3^{ème} année consécutive malgré l'augmentation des tarifs de la FFRandonnée et donc de la diminution correspondante de la part revenant à Douai Marche.

Une partie couvre l'assurance. Vous pouvez choisir une assurance responsabilité civile (IR ou FR) qui couvre les dommages à autrui et permet à l'association d'être assurée. Vous pouvez souscrire une assurance plus complète couvrant les accidents corporels et l'assistance (IRA ou FRA) Possibilité pour ceux qui le souhaitent de souscrire une assurance IMPN ou FMPN Multi loisir Pleine Nature.

Nouveauté cette année le journal PASSION RANDO change et s'étoffe avec 4 numéros par an pour 4€: tarif préférentiel pour les adhérents (8€ prix public) à souscrire en même temps que votre licence. Le journal de septembre est gratuit pour tous, l'abonnement pour 4 numéros démarre avec celui diffusé en décembre.

<u>Cotisation simple</u>		<u>avec journal</u>
COTISATION INDIVIDUELLE	IR 25€	<u>29€</u>
COTISATION INDIVIDUELLE	IRA 26,50€	<u>30,50€</u>
COTISATION INDIVIDUELLE	IMPN 36€	<u>40€</u>
COTISATION FAMILIALE	FR 42€	<u>46€</u>
COTISATION FAMILIALE	FRA 46€	<u>50€</u>
COTISATION FAMILIALE	FMPN 62€	<u>66€</u>

Pour adhérer, il suffit de renvoyer le bulletin d'adhésion complètement rempli accompagné d'un chèque correspondant à l'ordre de Douai Marche et de la partie droite des règles et consignes de sécurité signées. Le certificat médical doit être joint à votre adhésion. Pensez à le demander à votre médecin lors de votre prochaine consultation. Il est possible de l'obtenir auprès du Centre Médico-sportif (demandes groupées par l'association contactez Brigitte 03 27 96 96 64)

DOUAI MARCHE F F RANDONNEE BULLETIN D'ADHESION ANNEE 2006 2007

NOM _____ Prénom _____ a
Sexe Féminin Masculin (cocher le case correspondante)
Date de Naissance _____ (impératif)
N° de licence _____ (impératif sauf pour les nouveaux adhérents)

Adresse _____

Code Postal _____ Ville _____

Téléphone _____ Tél portable _____

Courriel _____

TYPE DE LICENCE

Individuelle IR 25€ IRA 26,50€ IMPN 36€
+ Passion Rando 29€ 30,50€ 40€
Familiale FR 42€ FRA 46€ FMPN 62€
+ Passion Rando 46€ 50€ 66€

L'adhésion familiale est délivrée à un titulaire et à ses rattachés : conjoint, concubin ou pacsé, enfants mineurs et majeurs jusque 25ans, vivant sous le même toit. (2 adultes non conjoints ou concubins de la même famille doivent prendre chacun une licence individuelle).

	NOM	Prénom	Date de naissance	sexe	N° licence
Conjoint					
Enfant 1					
Enfant 2					
Enfant 3					
Enfant 4					
Enfant 5					

Sur demande vous pouvez aussi prendre une assurance Multi loisirs pleine nature qui vous couvre pour les activités alpines hors escalade et les activités loisirs Cyclo, VTT, rivière, loisirs plein air.

Veillez adresser cette fiche accompagnée de votre chèque à l'ordre de Douai Marche ainsi que le certificat médical et les règles de sécurité signées à Marie Antoinette BARE 2 rue de Verdun 59500 DOUAI

REGLES DE SECURITE POUR LA RANDONNEE PEDESTRE ASSOCIATION DOUAI MARCHÉ

Respectez le code de la route

Un rappel de la sécurité routière a été envoyé à la Fédé et aux associations de randonneurs:

Utiliser en priorité les accotements s'ils sont praticables

Hors agglomération et sur route, en l'absence d'accotement praticable et de trottoir, marcher en colonne de 1 personne, près du bord gauche de la chaussée. Cependant suivre les indications contraires qui seraient données par les accompagnateurs ou les associations qui nous invitent.

Se rendre visible: vêtements clairs, bandes fluorescentes sur les vêtements et les sacs.

De plus Douai Marche vous rappelle:

Utilisez les trottoirs et les accotements s'ils existent

Ne stationnez pas sur la route, ni lors du départ (laissez les arrivants se garer) ni lors des arrêts.

Ne marchez pas sur la piste cyclable

Utilisez les passages piétons et traversez perpendiculairement à l'axe de la route, traversez **ensemble et regroupés**.

Si la barrière d'un passage à niveau est baissée, **ne pas traverser**

Convivialité

Respectez les autres et la nature (faune, flore, gibier), restez sur les sentiers.

Chacun a le droit de marcher à son rythme (lent, moyen ou rapide) et de trouver le plaisir de la marche comme il l'entend.

Ne jetez pas vos déchets dans la nature, mettez-les dans votre poche ou votre sac et vous les jetterez à la première poubelle ou chez vous.

Nos amis les chiens sont bienvenus s'ils sont tenus en laisse et ne perturbent pas les autres randonneurs.

Les membres du Conseil d'Administration et les organisateurs de parcours ainsi que vos accompagnateurs sont des bénévoles Ils passent du temps pour vous organiser des marches agréables, pensez à leur dire si vous avez apprécié, ne les "engueulez" pas si tout n'est pas parfait, ils ont fait de leur mieux. Les critiques sont utiles seulement si elles sont constructives et vos propositions sont les bienvenues.

Certificat médical

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive est **obligatoire** pour pratiquer votre sport Parlez à votre médecin de votre pratique et du niveau de difficulté (échelle en 4 niveaux disponible sur demande) afin qu'il puisse juger de votre aptitude

Partie à conserver et à relire

ASSOCIATION DOUAI MARCHÉ

Respectez le code de la route

Un rappel de la sécurité routière a été envoyé à la Fédé et aux associations de randonneurs:

Utiliser en priorité les accotements s'ils sont praticables

Hors agglomération et sur route, en l'absence d'accotement praticable et de trottoir, marcher en colonne de 1 personne, près du bord gauche de la chaussée. Cependant suivre les indications contraires qui seraient données par les accompagnateurs ou les associations qui nous invitent.

Se rendre visible: vêtements clairs, bandes fluorescentes sur les vêtements et les sacs.

De plus Douai Marche vous rappelle:

Utilisez les trottoirs et les accotements s'ils existent

Ne stationnez pas sur la route, ni lors du départ (laissez les arrivants se garer) ni lors des arrêts.

Ne marchez pas sur la piste cyclable

Utilisez les passages piétons et traversez perpendiculairement à l'axe de la route, traversez **ensemble et regroupés**.

Si la barrière d'un passage à niveau est baissée, **ne pas traverser**

Convivialité

Respectez les autres et la nature (faune, flore, gibier), restez sur les sentiers.

Chacun a le droit de marcher à son rythme (lent, moyen ou rapide) et de trouver le plaisir de la marche comme il l'entend.

Ne jetez pas vos déchets dans la nature, mettez-les dans votre poche ou votre sac et vous les jetterez à la première poubelle ou chez vous.

Nos amis les chiens sont bienvenus s'ils sont tenus en laisse et ne perturbent pas les autres randonneurs.

Les membres du Conseil d'Administration et les organisateurs de parcours ainsi que vos accompagnateurs sont des bénévoles Ils passent du temps pour vous organiser des marches agréables, pensez à leur dire si vous avez apprécié, ne les "engueulez" pas si tout n'est pas parfait, ils ont fait de leur mieux. Les critiques sont utiles seulement si elles sont constructives et vos propositions sont les bienvenues.

Certificat médical

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive est **obligatoire** pour pratiquer votre sport Parlez à votre médecin de votre pratique et du niveau de difficulté (échelle en 4 niveaux disponible sur demande) afin qu'il puisse juger de votre aptitude

Partie à envoyer avec votre adhésion et votre certificat médical

Date et signature (précédée de la mention lu et approuvé).....